

# Менюготавливаемых блюд на 07.04.2025 года

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием<br>пищи      | Наименование блюда                                       | Вес<br>блюд<br>а | Пищевые вещества |          |               | Энер-<br>гети-<br>ческая<br>цен-<br>ность | №<br>ре-<br>цеп-<br>тур<br>ы |
|--------------------|----------------------------------------------------------|------------------|------------------|----------|---------------|-------------------------------------------|------------------------------|
|                    |                                                          |                  | Белк<br>и        | Жир<br>ы | Угле-<br>воды |                                           |                              |
| Неделя 2<br>День 1 |                                                          |                  |                  |          |               |                                           |                              |
| Завтрак            | Каша Дружба                                              | 150              | 4,95             | 5,12     | 21,99         | 157,7                                     |                              |
|                    | Какао на молоке                                          | 150              | 3,602            | 4,015    | 5,919         | 73,1                                      |                              |
|                    | Масло сливочное                                          | 5                | 0,04             | 3,625    | 0,067         | 33                                        |                              |
|                    | Батон                                                    | 20               | 1,5              | 0,58     | 10,104        | 52,6                                      |                              |
|                    | ИТОГО завтрак                                            | 325              | 10,092           | 13,34    | 38,08         | 316,4                                     |                              |
| 2-ой зав-<br>трак  | Фрукты свежие – яблоки                                   | 108              | 0,432            | 0,432    | 10,584        | 48,6                                      |                              |
|                    | Итого<br>второй завтрак                                  | 108              | 0,432            | 0,432    | 10,584        | 48,6                                      |                              |
| Обед               | Борщ со свежей капустой и картофе-<br>лем вегетарианский | 150              | 1,715            | 2,758    | 8,08          | 72,378                                    |                              |
|                    | Котлета рыбная минтай                                    | 50               | 7,46             | 4,17     | 7,945         | 97,92                                     |                              |
|                    | Соус томатный                                            | 30               | 0,484            | 1,16     | 1,628         | 20,9                                      |                              |
|                    | Пюре картофельное                                        | 80               | 1,792            | 3,78     | 10,773        | 86,04                                     |                              |
|                    | Компот из кураги                                         | 150              | 0,528            | 0        | 17,6          | 70,59                                     |                              |
|                    | Хлеб пшеничный                                           | 20               | 1,64             | 0,232    | 9,556         | 47,8                                      |                              |
|                    | Хлеб Дарницкий                                           | 40               | 2,808            | 0,436    | 18,52         | 86,4                                      |                              |
|                    | Итого<br>обед                                            | 520              | 16,427           | 12,536   | 74,102        | 482,028                                   |                              |
| Полдник            | Кефир без сахара                                         | 150              | 4,5              | 3,75     | 6             | 76,5                                      |                              |
|                    | Итого<br>полдник                                         | 150              | 4,5              | 3,75     | 6             | 76,5                                      |                              |
| У ж и н            | Запеканка из творога с манной кру-<br>пой                | 110              | 13,524           | 19,538   | 17,884        | 298,78                                    |                              |
|                    | Сладкий подлив на повидле                                | 30               | 0,026            | 0        | 11,377        | 44,04                                     |                              |
|                    | Чай с сахаром                                            | 150              | 0,06             | 0,015    | 7,996         | 31,138                                    |                              |
|                    | Хлеб пшеничный                                           | 20               | 1,64             | 0,232    | 9,556         | 47,8                                      |                              |
|                    | Итого<br>ужин                                            | 310              | 15,25            | 19,785   | 46,813        | 421,758                                   |                              |
|                    | Всего за день                                            | 1413             | 46,701           | 49,843   | 175,57<br>9   | 1369,92<br>6                              |                              |

## Меню приготавливаемых блюд на 07.04.2025 года

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

| Прием<br>пищи     | Наименование блюда                                       | Вес<br>блюд<br>а | Пищевые вещества |          |               | Энер-<br>гети-<br>ческая<br>цен-<br>ность | №<br>ре-<br>цеп-<br>тур<br>ы |
|-------------------|----------------------------------------------------------|------------------|------------------|----------|---------------|-------------------------------------------|------------------------------|
|                   |                                                          |                  | Белк<br>и        | Жир<br>ы | Угле-<br>воды |                                           |                              |
| Неделя 2          |                                                          |                  |                  |          |               |                                           |                              |
| День 1            |                                                          |                  |                  |          |               |                                           |                              |
| Завтрак           | Каша Дружба                                              | 200              | 5,978            | 7,428    | 24,767        | 184,58                                    |                              |
|                   | Какао на молоке                                          | 200              | 4,404            | 4,83     | 50,112        | 137,42                                    |                              |
|                   | Масло сливочное                                          | 5                | 0,04             | 3,625    | 0,067         | 33                                        |                              |
|                   | Батон                                                    | 30               | 2,25             | 0,77     | 15,156        | 78,9                                      |                              |
|                   | ИТОГО завтрак                                            | 435              | 12,672           | 16,653   | 90,102        | 433,9                                     |                              |
| 2-ой зав-<br>трак | Фрукты свежие – яблоки                                   | 114              | 0,456            | 0,456    | 11,172        | 51,3                                      |                              |
|                   | Итого<br>второй завтрак                                  | 114              | 0,456            | 0,456    | 11,172        | 51,3                                      |                              |
| Обед              | Борщ со свежей капустой и карто-<br>фелем вегетарианский | 200              | 2,286            | 3,677    | 10,77         | 96,504                                    |                              |
|                   | Котлета рыбная минтай                                    | 70               | 11,91            | 5,44     | 10,45         | 144,87                                    |                              |
|                   | Соус томатный                                            | 50               | 0,806            | 1,933    | 2,713         | 34,83                                     |                              |
|                   | Пюре картофельное                                        | 100              | 2,22             | 4,721    | 13,302        | 106,75                                    |                              |
|                   | Компот из кураги                                         | 200              | 0,66             | 0        | 24,495        | 97,95                                     |                              |
|                   | Чеснок                                                   | 8                | 0,098            | 0,998    | 1,635         | 24,64                                     |                              |
|                   | Хлеб пшеничный                                           | 30               | 2,46             | 0,348    | 14,334        | 71,7                                      |                              |
|                   | Хлеб Дарницкий                                           | 50               | 3,51             | 0,545    | 23,15         | 108                                       |                              |
|                   | Итого<br>обед                                            | 708              | 23,95            | 17,662   | 100,849       | 685,244                                   |                              |
| Полдник           | Кефир без сахара                                         | 200              | 6                | 5        | 8             | 102                                       |                              |
|                   | Итого<br>полдник                                         | 200              | 6                | 5        | 8             | 102                                       |                              |
| У ж и н           | Запеканка из творога с манной кру-<br>пой                | 130              | 17,06            | 23,548   | 23,8453       | 320,04                                    |                              |
|                   | Сладкий подлив на повидле                                | 50               | 0,043            | 0        | 18,96         | 73,4                                      |                              |
|                   | Чай с сахаром                                            | 200              | 0,06             | 0,015    | 7,996         | 41,517                                    |                              |
|                   | Хлеб пшеничный                                           | 20               | 1,64             | 0,232    | 9,556         | 47,8                                      |                              |
|                   | Итого<br>ужин                                            | 400              | 18,803           | 23,795   | 60,3573       | 482,757                                   |                              |
|                   | Всего за день                                            | 1857             | 61,881           | 63,566   | 270,480<br>3  | 1755,20<br>1                              |                              |